

Beneficios de la psicomotricidad desde las edades tempranas

Título: Beneficios de la psicomotricidad desde las edades tempranas. **Target:** maestros/as de Educación Infantil y Primaria. **Asignatura:** Educación Física. **Autor:** Jaime Hernández Tejera, Maestro. Especialidad en Educación Física., Maestro especialista en Educación Física.

Con el fin de lograr un desarrollo armónico e integral físico del individuo debemos pensar en que hay que empezar desde el principio, es decir, cuando el niño/a está en sus primeras edades. Sólo así conseguiremos que llegue a la edad adulta con todas o en su mayoría de las capacidades, habilidades y cualidades motrices bien desarrolladas. Por ello, que mejor forma de hacerlo que iniciándose desde los centros escolares. Pero muchas veces la realidad es otra totalmente diferente, ya que, la mayoría de los niños/as se pasan la mayor parte del tiempo sentados e intentando controlar sus necesidades de movimiento por temor a ser reprendidos por el profesor/a de turno. El único momento que tienen para el movimiento es aquel dedicado a la educación física y al recreo ya que pueden disfrutar del trabajo de su cuerpo, con el cuerpo de los demás, con el espacio abierto, con el movimiento, con el juego, etc.

Viendo este panorama nos damos cuenta que es espacialmente llamativa y falta de toda lógica personal y pedagógica. Los niños y niñas en estas edades tienen una necesidad (irrefrenable y a su vez sana) de movimiento, de actividad dinámica y continua, de acción. Están inmersos/as en un proceso de crecimiento en el cual resulta fundamental conocer su cuerpo, sus posibilidades y limitaciones, para controlarlo, dosificar sus esfuerzos y aprender a relajarse en determinados momentos. Tienen la necesidad de conocer y estructurar su tiempo y el espacio en el que se mueven, adaptar sus movimientos al de los/as demás, disfrutando de las relaciones con éstos/as y aprendiendo reglas básicas de convivencia a través de los juegos y dinámicas grupales. Debemos conocer y dar importancia a la psicomotricidad, ya que es el área para el aprendizaje de todos estos aspectos, básicos para el desarrollo integral (escolar y personal) de los niños y niñas.

El problema que nos encontramos es que, si bien en la etapa de educación infantil y en los colegios o aulas específicas de educación especial, es frecuente encontrar este recurso incluido en el Proyecto Curricular de Centro, en muy pocos colegios públicos, por no decir ninguno, vemos que la Psicomotricidad se trabaje de forma explícita y sistemática (contando con profesionales específicos, aula y materiales apropiados, regularidad horaria) con los niños y niñas de la etapa de educación primaria.

La Educación Infantil adquiere importancia por sí misma si se respetan las peculiaridades y características propias de este ciclo educativo en cuanto a su funcionamiento, metodología y diferencias que existen en relación con otros tramos de la educación. Se trata de dotar al alumnado de las competencias, destrezas, hábitos y actitudes que puedan facilitar su posterior adaptación a la Educación Primaria. Con el movimiento conseguimos organizar mentalmente el mundo exterior por lo que las actividades de psicomotricidad en la Educación Infantil van encaminadas a conseguir, con el movimiento físico, la activación de lo mental.

Tenemos a dos grandes autores como son Pic y Vayer, los cuales opinan que hay un estrecho paralelismo entre el desarrollo de las funciones motrices, del movimiento y de la acción, y el desarrollo de las funciones psíquicas. Es por ello que el niño/a, a través de la psicomotricidad, adquiere nociones espaciales, temporales, de lateralidad, relativas a su cuerpo, a los objetos, a situaciones que le facilitan la adquisición de nuevos aprendizajes, desarrolla sus capacidades. Por otro lado el Dr. Le Boulch, en su libro “Educación para el movimiento” demuestra cómo el dominio corporal es el primer elemento del dominio del comportamiento.

El niño/a a través de las conductas motrices y perceptivas motrices, adquiere las destrezas necesarias para conseguir aprendizajes:

- a. Organización del esquema corporal: percepción y control del cuerpo, relajación, equilibrio, respiración, etc.
- b. Organización dinámica general: saltos, marchas, etc.
- c. Coordinación viso-manual

A TRAVÉS DE LAS CONDUCTAS PERCEPTIVAS MOTRICES

- a. Organización espacial del esquema corporal y su orientación, representación y expresión gráfica.
- b. Ritmo y actividad motriz.
- c. Organización y estructuración del tiempo.
- d. La percepción por los sentidos: color y sonido.

La intervención educativa en materia psicomotriz, irá encaminada hacia el siguiente tipo de actividades:

- Situaciones de contacto físico con otros niños/as y con adultos, juegos colectivos en los que hay que seguir normas, trabajo de postura, el tono, el movimiento, que le permitirán un mayor autocontrol y conocimiento de sí mismo.
- Observación y exploración sensorial como medio de conocimiento del propio cuerpo y el de los demás, en un contexto de respeto a la individualidad de cada uno, favoreciendo actitudes contrarias a la discriminación y a los estereotipos de cualquier género.
- Juegos de construcción, de montaje y desmontaje, puzzles y rompecabezas, que, además de los contenidos específicos, trabajan la precisión de movimientos, lo que repercutirá en la motricidad fina y por tanto en todas las actividades de representación gráfica.

Entre los criterios metodológicos y orientaciones didácticas que puedan contribuir a una mejor realización de las sesiones de psicomotricidad en Educación Infantil podemos destacar:

- Las actividades de psicomotricidad han de ser diarias.

- Se pueden realizar en un espacio cerrado o al aire libre.
- Los espacios deben ser amplios y no presentar peligros.
- Los niños/as deben llevar calzado y ropa adecuada.
- Debemos respetar tres fases fundamentales en las sesiones: Fase inicial o calentamiento, fase principal, fase final o vuelta a la calma.
- Las actividades se realizarán en forma de juego, con carácter lúdico (aprendizajes significativos).

En los juegos colectivos se irán introduciendo normas y pautas nuevas (mayor capacidad de coordinación y control dinámico).

- En los primeros años de la etapa de Educación Infantil, es de gran importancia la relación afectiva y corporal entre educador/a y niño/a.
- De cara al descubrimiento del propio cuerpo, las actividades de observación y exploración sensorial son de gran utilidad.

Con respecto a la evaluación decir que la principal técnica de evaluación será la observación, la recogida sistemática de datos cobrará vital importancia y por último hay que destacar la importancia de observación para la detección precoz de aquellos desajustes que pudiera presentarse en torno a las capacidades motrices, con el fin de adoptar las medidas adecuadas y evitar que los problemas se agraven o instalen de forma más definitivas.

Un buen trabajo psicomotriz en la Etapa de Educación Infantil nos va a asegurar una evolución adecuada para realizar determinadas acciones y movimientos, así como la representación mental y conciencia de los mismos, preparando con éxito al niño/a para siguiente etapa educativa. ●

Bibliografía

Bower. "El mundo perceptivo del niño". Ed. Morata. Madrid

Durivage, J. (1999): "Educación y psicomotricidad", en Educación y Psicomotricidad. México, Trillas.

Ibáñez Sandín, Carmen "El proyecto de la E.I. y su práctica en el aula". Editorial La Muralla, 2008.

R.D.1630/2006 de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de la E.I.